

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
ALMOÇO			• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO (RESTRIÇÃO) 90G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	• ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • PONKAN (1 un / 120G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G • BATATA DOCE ASSADA 40G • SALADA DE ALFACE 15G • MANGA PICADA 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,97 Lipídios (g): 21,10 Carboidrato (g): 89,21 Cálcio (mg): 95,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1083,90 Vitamina C (mg): 58,95 Energia (Kcal): 690,79					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/07	Terça-Feira, 07/07	Quarta-Feira, 08/07	Quinta-Feira, 09/07	Sexta-Feira, 10/07	Sábado, 11/07
ALMOÇO	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40G • SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	• ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE COM ERVILHA E MILHO (RESTRIÇÃO) 100G • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE ALFACE 15G • PONKAN (1 un / 120G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE COUVE-FLORES COM LIMÃO 30G • MELANCIA 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE GRÃO DE BICO 30G • MELÃO 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,84 Lipídios (g): 20,72 Carboidrato (g): 90,05 Cálcio (mg): 105,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 361,87 Vitamina C (mg): 63,69 Energia (Kcal): 708,53					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/07	Terça-Feira, 14/07	Quarta-Feira, 15/07	Quinta-Feira, 16/07	Sexta-Feira, 17/07	Sábado, 18/07
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/07	Terça-Feira, 21/07	Quarta-Feira, 22/07	Quinta-Feira, 23/07	Sexta-Feira, 24/07	Sábado, 25/07
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
ALMOÇO	RECESSO	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE BETERRABA COZIDA COM LIMÃO 30G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • PONKAN (1 un / 120G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA SALSA SAUTÉ 40G • SALADA DE BRÓCOLIS COM CENOURA 55G • SAGU DE UVA 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,48 Lipídios (g): 15,07 Carboidrato (g): 89,92 Cálcio (mg): 96,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 331,06 Vitamina C (mg): 72,98 Energia (Kcal): 645,32					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,08 Lipídios (g): 18,93 Carboidrato (g): 89,80 Cálcio (mg): 99,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 532,11 Vitamina C (mg): 65,60 Energia (Kcal): 683,02					